

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 3»

  
Л.Н. Витюгова



**Режим и распорядок дня в старшей группе**  
**холодный период года (сентябрь-май)**  
**(пребывание ребенка в детском саду с 07.00 до 19.00 – 12 часов)**

Наименование режимного процесса	Время
Утренний прием детей	07.00
Игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.10
Игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	08.10-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
Игры, подготовка к занятиям. Дежурство детей по занятиям, в уголке природы	08.50-09.00
1-е занятие	09.00-09.20
-динамическая пауза	09.20-09.30
2-е занятие	09.30-09.55
Витаминный завтрак – чай (напиток), фрукты, сок	09.55-10.05
Подготовка и выход на прогулку, прогулка	10.05 -11.55
Подготовка к обеду, обед	11.55 -12.15
Подготовка к дневному сну, сон	12.15 -15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения закаливающие мероприятия, подготовка к полднику	15.00 -15.15
Полдник	15.15-15.25
Занятие	15.25-15.50
Игры, досуги, кружки общение и самостоятельная деятельность детей по интересам, культурные практики	15.50-16.40
Подготовка к ужину, ужин	16.40-17.00
Подготовка и выход на прогулку, прогулка, уход домой с прогулки	17.00-19.00
<b>Примечания: Продолжительность прогулки сокращается при t воздуха ниже -15° С и скорости ветра более 7 м/с</b>	